

IEA ORIOL MARTORELL - BARCELONA

SECUNDÀRIA

ABRIL

CURS 2018-2019



DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
1 <ul style="list-style-type: none"> · Espaguetis napolitana · Truita de pastanaga amb amanida d'enciams i olives · Fruita del temps 	2 <ul style="list-style-type: none"> · Cigrons estofats amb patates i verdures · Seità arrebossat amb salsa de tomàquet · logurt Natural 	3 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de verdures de primavera amb crostonets · Llom de porc a planxa amb salsa de ceba i amanida · Fruita del temps 	4 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral a la cassola amb verdures · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	5 <ul style="list-style-type: none"> · "Trinxat" de col i patata amb oli d'all · Fricandó de vedella amb xampinyons i pastanaga · Fruita del temps
8 <ul style="list-style-type: none"> · Gratinat de pastanaga, bleda i patata · Pollastre guisat amb poma i curri · Fruita del temps 	9 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs al forn amb sofregit i costelló · Truita d'espínacs amb amanida d'enciams i remolatxa · Fruita del temps 	10 <ul style="list-style-type: none"> · Mongeta del carai saltada amb patata · Botifarra de porc* al forn amb amanida d'enciams i poma · logurt Natural 	11 <ul style="list-style-type: none"> · Macarrons amb salsa de remolatxa, carbassa i tomàquet · Peix de llotja segons les millor captures** · Fruita del temps 	12 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de carbassa i porro amb crostonets · Falàfel de cigrons, sofregit i picada vegetal amb amanida d'enciams i · logurt Natural
15 <ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata gratinats amb beixamel · Escalopa de pollastre amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps 	22 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs 3 delícies (pastanaga, truita i pernil dolç) · Vegenugets al forn amb amanida d'enciams i germinats · logurt Natural 	23 <ul style="list-style-type: none"> · Crema de porros amb crostonets · Pollastre al forn amb amanida d'enciams i magrana · Fruita del temps 	24 <ul style="list-style-type: none"> · Llenties guisades amb verdures i xoriço* · Truita de patata amb amanida d'enciams i pastanaga · logurt Natural 	25 <ul style="list-style-type: none"> · Cous cous amb verdures · Guisat de carn magra de porc amb castanyes i pastanaga · Fruita del temps
29 <ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata gratinats amb beixamel · Escalopa de pollastre amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps 	30 <ul style="list-style-type: none"> · Arròs integral amb verdures · Mandonguilles a la jardinera · Fruita del temps 	31 <ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata gratinats amb beixamel · Escalopa de pollastre amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps 	32 <ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata gratinats amb beixamel · Escalopa de pollastre amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps 	33 <ul style="list-style-type: none"> · Bròquil, col-i-flor, pastanaga i patata gratinats amb beixamel · Escalopa de pollastre amb amanida d'enciams i pipes · Fruita del temps

* Els plats estan elaborats pels cuiners del centre. Tots els ingredients del menú són ecològics a excepció dels productes assenyalats amb un *. Podeu consultar el Certificat de l'Auditoria Ecològica Externa a www.ecomenja.com. A més d'aquests productes ecològics auditats, intentem que la majoria dels mateixos siguin de proximitat, i assegurem que tots els ingredients que comprem són frescos.

**El peix és fresc, de temporada i capturat a les costes catalanes i/o del Cantàbric. Podeu consultar el peix servit cada setmana així com la seva preparació i guarnició a www.ecomenja.com.